



Meningsfull vardag för äldre

Emilie Pietikäinen

Examensarbete

Sjukskötare

2017

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Sjukskötare
Identifikations nummer:	5430
Författare:	Emilie Pietikäinen
Arbetets namn:	Meningsfull vardag för äldre
Handledare (Arcada):	Gun-Britt Lejonqvist
Uppdragsgivare:	Lovisa stad
<p>Sammandrag:</p> <p>Detta är ett beställningsarbetet till Lovisa stad tillsammans med Yrkeshögskolan Arcada. Syftet med examensarbetet är att ta reda på hur klienter på äldreboende ser vardagen som meningsfull. Frågeställningen i examensarbetet är: Vad är meningsfull vardag för äldre som bor på äldreboende? Den teoretiska referensramen i examensarbetet är Katie Erikssons teori om ansa, leka och lära vilken utgör ramen för examensarbetet och kan lätt kopplas ihop med resultatet. Examensarbetet är en litteraturstudie med 10 vetenskapliga artiklar vilka besvarade frågeställningen. Artiklarna genomlästes och skribenten tog fasta på klienternas perspektiv av vad som upplevdes som meningsfullt i deras vardag. Meningshelheter plockades ut. Meningshelheterna kategoriserades till 3 huvudbegrepp. Huvudbegreppen är interaktion, bekräftelse och aktivitet. Resultatet i arbetet visade att relationerna till familjen och vänner var de överlägset mest meningsfulla i klienternas liv. Andra meningsfulla upplevelser var deras tidigare liv, det vill säga gamla minnen och rutiner de hade hemma innan de flyttade till äldreboende och möjligheten att fortsätta med dessa då de inte längre bor hemma. Olika individuella aktiviteter och gruppaktiviteter på äldreboendet var också omtyckta bland klienterna. Resultatet i examensarbetet är en tolkning utifrån de 10 valda artiklarna där skribenten sammansatt klienternas meningsfulla upplevelser och önskningar i stora drag. Alla människor har en egen bakgrund, önskningar och behov vilka utgör den individuella människan och dennes syn på meningsfullhet.</p>	
Nyckelord:	Meningsfull, livskvalitet, ansa, leka, lära, äldre, interaktion, bekräftelse, aktivitet
Sidantal:	39
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Nurse
Identifikations nummer:	5430
Författare:	Emilie Pietikäinen
Arbetets namn:	Meaningful everyday routines in nursing homes
Handledare (Arcada):	Gun-Britt Lejonqvist
Uppdragsgivare:	City of Lovisa
<p>Abstract:</p> <p>This study was ordered by the City of Loviisa and the Arcada university of applied sciences. The purpose of this bachelor study is to investigate how nursing home clients view everyday routines as meaningful. The problem statement of the bachelor study is: What is a meaningful everyday routine for seniors living in retirement homes? The theoretical frame of reference in the bachelor study is based on Katie Eriksson's theory concerning tending, playing and learning, and the theoretical frame of reference can easily be linked with the results. The study is a literature-based study comprising 10 scientific articles that offered an answer to the problem statement. When reading the articles the author took into account the clients' perspective on what was considered to be meaningful in their everyday routines. Complexes of opinions were identified and categorized into 3 main concepts. The results of the study showed that relationships with family and friends were by far the most meaningful matters in the lives of the clients. Other meaningful experiences were the earlier life of the clients, i.e. old memories and the routines they had before moving to the nursing home, as well as the possibility of continuing said routines when they no longer lived at home. Various individual activities and group activities at the nursing home were also popular among the clients. The result of the study is such an interpretation based on the 10 chosen articles, where the author has compiled the clients' meaningful experiences and wishes in general. Everyone has a unique background as well as individual wishes and needs that together shape the individual person and that individual person's view on what is meaningful.</p>	
Nyckelord:	Meaningful, quality of life, interaction, confirmation, activity, tending, playing, learning
Sidantal:	39
Språk:	English
Datum för godkännande:	

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Sairaanhoitaja
Identifikations nummer:	5430
Författare:	Emilie Pietikäinen
Arbetets namn:	Mielekäs vanhuus ikäihmisille
Handledare (Arcada):	Gun-Britt Lejonqvist
Uppdragsgivare:	Loviisan kaupunki
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Tämä on tilaustyö Loviisan kaupungille yhteistyössä ammattikorkeakoulu Arcadan kanssa. Lopputyön tarkoituksena on selvittää, millaisena vanhainkotien asiakkaat näkevät mielekkään arjen. Lopputyön kysymyksenasettelu on: Mitä on mielekäs arki vanhainkodissa asuville ikäihmisille? Lopputyön teoreettisena viitekehyksenä on Katie Erikssonin teoria hoivaamisesta, leikkimisestä ja oppimisesta, ja lopputyön kehys on helposti yhdistettävissä tuloksiin. Lopputyö on kirjallisuustutkimus kymmenestä tieteellisestä artikkelista, jotka vastasivat kysymyksenasetteluun. Artikkeleja lukiessaan kirjoittaja tarkasteli asiakkaiden perspektiivejä asioihin, jotka he kokivat arjessaan mielekkäinä. Mielekkäistä asioista luotiin kokonaisuuksia, jotka kategorisoitiin kolmeksi pääkäsitteeksi. Lopputyön tulos osoitti, että suhde perheeseen ja ystäviin oli ylivoimaisesti merkityksellisin asia asiakkaiden elämässä. Muita merkityksellisiä kokemuksia olivat heidän aiempi elämänsä, toisin sanoen vanhat muistot ja rutiinit, joita heillä oli kotona ennen vanhainkotiin muuttamista sekä mahdollisuus jatkaa näitä rutiineja kotona asumisen jälkeen. Asiakkaat pitivät myös erilaisista yksilöllisistä aktiviteeteista ja ryhmätoiminnasta vanhainkodissa. Lopputyön tuloksena on kymmenen valitun artikkelin pohjalta tulkinta, johon kirjoittaja on koonnut asiakkaiden merkitykselliset kokemukset ja toiveet pääpiirteissään. Kullakin ihmisellä on oma taustansa, omat toiveensa ja tarpeensa, joille yksilö ja tämän näkemyks elämän mielekkyydestä rakentuu.</p>	
Nyckelord:	Mielekäs, elämänlaatu, interaktio, vahvistus, aktiivisuus, hoivaus, leikki, oppiminen
Sidantal:	39
Språk:	Suomi
Datum för godkännande:	

INNEHÅLL

1	Inledning.....	8
2	Bakgrund.....	8
2.1	Människan och åldrandet	9
2.2	Begreppet livskvalitet.....	10
3	Litteraturöversikt	11
4	Teoretisk referensram	12
5	Problemformulering & frågeställningar.....	15
6	Design	15
7	Metod.....	17
7.1	Datainsamling.....	17
8	Etiska reflektioner.....	19
9	Resultat	19
9.1	Interaktion.....	24
9.1.1	<i>Kommunikation.....</i>	<i>24</i>
9.1.2	<i>Relation</i>	<i>25</i>
9.2	Bekräftelse.....	27
9.3	Aktivitet	28
9.3.1	<i>Fysisk aktivitet</i>	<i>29</i>
9.3.2	<i>Psykisk aktivitet</i>	<i>29</i>
9.3.3	<i>Sociala aktiviteter</i>	<i>30</i>
10	Kritisk granskning.....	31
11	Diskussion.....	32
	Källor	36

Figurer

Figur 1.16

Figur 2.18

Figur 3.23

FÖRORD

Examensarbetet har varit en lång och tung process där massor av känslor har varit inblandade. Under denna skrivprocess har jag lärt mig att inte ge upp fastän det känns omöjligt ibland. Nu har jag äntligen ett färdigt examensarbete och är nöjd över det.

Jag vill tacka min sambo, familj, vänner och mina handledare Gun- Britt Lejonqvist och Annika Skogster som har stött mig i skrivandet.

Ett extra stort tack vill jag ge till Linda Ahlberg som har kämpat på mig från början och ställt upp och hjälpt mig under hela arbetsprocessens gång.

1 INLEDNING

Intresset för temaområdet till mitt examensarbete började gro under sommaren 2015 på arbetsplatsen. Jobbade inom äldreomsorgen i Lovisa stad där vi under sommaren hade flera olika program för äldre vilka vi sedan marknadsfört på Facebook för att få kontakt med klienternas anhöriga. Program som bla. plättkalas, utfärder till marknader och caféer, fisketurer och till och med dagskryssning till Tallin ordnades. Utifrån det gav avdelnings-skötaren idén att skriva om detta som ett examensarbete och eftersom Lovisa stad hade ett pågående projekt att göra äldreomsorgen bättre, passade det perfekt att skriva om det här som ett examensarbete. Under hösten 2015 funderade jag över hur arbetet skulle byggas upp för att få fram det som klienterna tyckte var meningsfullt i deras vardag.

Rubriken för arbetet är “meningsfull vardag för äldre” och arbetet är en kvalitativ litteraturstudie med ett vårdvetenskapligt perspektiv. Eftersom kvaliteten inom äldreomsorgen är mycket på tapeten i sociala medier och den negativitet som finns mot äldreomsorgen skulle det vara intressant att hitta information om hur de äldre ser på sin vardag, vad de anser vara meningsfullt för dem själva. Därefter har arbetet byggts upp på grunden av forskningar och sedan sett vad man får för resultat från forskningarna.

Till först hade jag tänkt skriva examensarbetet som en empirisk studie, som skulle grunda sig på forskningar och sedan en observationsdel från verkligheten, om hur äldre upplevt programmen vi ordnade under sommaren. Men på grund av tidsbrist kommer jag att skriva en litteraturstudie med metoden induktiv innehållsanalys.

2 BAKGRUND

I detta kapitel kommer jag att förklara de centrala begreppen i arbetet. De centrala begreppen är den äldre människan och livskvalitet. Målet är att begreppen, frågeställningarna och den teoretiska referensramen bildar en helhet i arbetet.

2.1 Människan och åldrandet

Definitionen på den äldre människan kan tolkas på olika sätt. Då människan går i pension är det ett sätt att avgränsa den äldre människan. Enligt WHO tolkas 65-79 åringar vara de yngre av äldre medan de som är över 80 är äldre av äldre. (Larsson & Rundgren, 1997)

Enligt Terveyskirjasto har livslängden hos människan i Finland ökat kraftigt under årens lopp. Då genomsnittliga livslängden hos män under 1940-talet var 55 år är den nu 78 år. Den genomsnittliga livslängden för män och kvinnor år 2014 var 81 år. Troligtvis kommer livslängden ännu att växa i fortsättningen. (Huttunen, 2015)

Att bli äldre är en långsam process som utvecklas inifrån kroppen. Förändringarna sker för alla, men i vilken takt är olika för alla människor. Dessa förändringar som har med åldrandet att göra fås inte tillbaka. Risken att insjukna i någon sjukdom ökar med åldern men det är inte orsaken till att man blir gammal. (Dehlin m.fl., 2000)

Eriksson definierar människan som en helhet av kropp, själ och ande. Dessa bildar en helhet där varje människa är unik och vill vara med och skapa sitt eget liv. Enligt Eriksson har alla människor olika slag av behov och bakom behoven finns begär vilket betyder människans innersta längtan och önskningar. De grundläggande begären är begäret efter liv och kärlek. (Eriksson, 1992)

Eriksson har sammanställt en behovsklassifikation vilken innefattar upprätthållande behov, emotionella behov, kulturella och sociala behov, utvecklingsbehov och andliga behov. Kulturella och sociala behoven kan vara behov av identitet, utrymme och tradition. Medan utvecklingsbehoven innefattar kontakt och relationsbehov samt skapar lust, lek-behov och behov att förverkliga sig själv. (Eriksson, 1992)

2.2 Begreppet livskvalitet

Med tanke på frågeställningarna i arbetet kommer jag i detta kapitel att redovisa begreppet livskvalitet, som också kan förklaras som begreppet meningsfullhet. Begreppen livstillfredsställelse, välbefinnande och meningsfullhet uttrycker tillsammans ett gott åldrande.

Välbefinnande är människans upplevda tillfredsställelser genom livet samt att ta i beaktande egna psykologiska och sociala behov. Livstillfredsställelsens betydelse är jämförelsen av det man förväntar sig av livet och med det man fått ut ur livet. Ifall man inte fått det man förväntat sig kan det uppstå en känsla av otillfredsställelse över sitt levda liv. Dessa två begrepp gör ett överstående begrepp, livskvalitet. (Nordenfelt, 2009)

Enligt Lawton är livskvalitet ett multidimensionellt begrepp eftersom människans liv består av flera dimensioner. Han tar upp 4 huvudområden i innehållet livskvalitet. Till först den objektiva beteendekompetensen, alltså den allmänna synen på hälsan, förståelsen, tidsanvändningen och de sociala bemötande. Det andra huvudområdet är den subjektiva livskvaliteten alltså människans egna upplevelser av hälsan, förståelsen, tidsanvändningen och de sociala bemötande. Till det tredje huvudområdet hör den objektiva miljön där hemmet och miljön runt omkring påverkar livskvaliteten. Det sista huvudområdet är det psykiska välbefinnandet som förklaras vara summan av tillfredsställelse och erfarenheterna av livet. (Lawton, 1991)

Sharon B. Arnolds definierar livskvaliteten som objektiva och subjektiva element. I de objektiva elementet förklaras livskvaliteten vara människans resurser, hälsotillstånd, funktionsförmåga och sociala kontakter. Subjektiva elementet riktar sig mer på den individuella människan och dennes känslor, om man är tillfredsställd med det egna livet, hurudan självkänsla man har och om man är lycklig. I stora drag förklarade Arnolds ändå hälsotillståndet vara nyckeln till god livskvalitet. (Sharon, 1991)

3 LITTERATURÖVERSIKT

I litteraturöversikten redovisar jag vad som tidigare forskats om äldres trivsel på äldreboende och forskning bakom livskvaliteten hos äldre.

I en undersökning som gjorts år 2002 jämfördes skillnaden mellan dagliga aktiviteter på ett äldreboende vid tiden för undersökningen, med verksamheten 25 år tillbaka. I forskningen jämförde de med en undersökning som gjorts år 1974 där det procentuellt redovisat hur klienterna tillbringar sin dag. I undersökningen kom det fram att 56 % av klienternas dag tillbringades med att inte göra någonting, 23 % av tiden gick åt till den personliga vården och 20 % till sociala aktiviteter. I Wales har de gjorts en liknande undersökning år 1995 där de kommit fram att 70 % av klienternas dag spenderas med passiv aktivitet. Slutsatsen i forskningen var att situationen inte har ändrat mycket på 25 år. Ändringar har skett i aktiviteterna som görs tillsammans med klienterna men inte tagits i beaktande tiden utanför aktiviteterna. (Harper, 2002)

I en nyare engelsk undersökning följde de med aktiviteterna på fyra olika äldreboenden i England där det påvisades att en del av äldre hade långtråkigt på äldreboendet. Eftersom klienterna hade olika intressen och behov var det svårt för personalen att hitta på aktiviteter åt alla klienter vilka de kunde vara nöjda med och kunde delta i. Personalen hade blivit utbildade under ett projekt NAPA (National Association for Providers of Activities for Older People) Projektets mål var att lära och träna personalen att baka in aktiviteter i klienternas vardag. För att kunna nå dessa mål lade de upp en plan för aktiviteter dagligen, veckovis och månadsvis. Dagliga program kunde vara promenad, att lyssna på musik eller dricka vin på kvällen. Medan veckoprogrammet kunde vara t.ex. kyrkobesök eller besök till frisören. Månadsprogram kunde vara något större program som att gå och besöka djur eller aktiviteter tillsammans med barn. Med hjälp av detta schema blev det mer aktiviteter med både individuella och gruppaktiviteter. (Duffin, 2012)

I en annan undersökning har det forskats kring livskvalitet bland människor med minnesjukdomar i fem EU länder, Finland, Sverige, Tyskland, Estland och England. Där kom det upp att i Finland och Sverige har vi nått högre livskvalitet än i Tyskland och Estland. (Sixsmith m.fl., 2008)

I Sverige har de gjort en undersökning om äldres trivsel efter att de flyttat till ett äldreboende mellan åren 2001 och 2002. I undersökningen påvisades att de flesta varit nöjda med flytten till äldreboende pga. att personalen var trevlig och kunnig och gav dem en trygghetskänsla. Några av klienterna kände sig uttråkade och önskade mer aktiviteter på boendet. (Andersson m.fl., 2007)

Livskvalitet är ett begrepp som kan tolkas från olika synvinklar. I detta arbete koncentrerar jag mig på klienternas syn på livskvaliteten. Livskvalitet är ett begrepp som forskats i mycket under årtionden, och intresset för ämnet har ökat under åren. På söksidan Index Medicus hittades 77 artiklar på livskvalitet år 1985 och därefter tre år senare 149 artiklar om samma ämne. Även på andra sök sidor påvisades ökning av intresse (Lawton, 1991). I praktiken har utveckling skett eftersom äldreboenden under de senaste åren lagt mer focus på klientens önskemål och att förbättra deras livskvalitet på äldreboenden. Denna utveckling har allt mer dykt upp även i sociala medier.

Fastän utveckling har skett och aktiviteter på äldreboenden ordnas finns det fortfarande tid utan verksamhet för klienterna. Eftersom grundvården tar en stor del av vårdarens arbetsdag är det svårt att hinna med aktiviteter genom hela dagen och aktiviteterna ordnas oftast på eftermiddagen. Det betyder att klienterna måste vänta och det blir eventuellt långtråkig tid för dem under dagen.

Enligt statistikcentralen kommer människor över 65 år öka från 16 % upp till 26 % till år 2030 och därmed kommer arbetsför åldern att minska. Problemet med detta är att det blir allt mer äldre som behöver vård och mindre arbetstagare (Statistikcentralen, 2007). Detta kommer att vara ett problem i framtiden.

4 TEORETISK REFERENS RAM

Som teoretisk referensram för arbetet valde jag Katie Erikssons teori om ansa, leka och lära. Med tanke på åldringens syn på meningsfull vardag passar begreppen ansa, leka lära bra som en ram till arbetet.

Katie Eriksson förklarar ansa leka lära som en helhet vilka hör ihop med varandra och bygger upp grunden för vården. Nedan beskrivs mera ingående om hur hon förklarar orden.

Ansa

Ansa kännetecknas av värme, närhet och beröring vilka också uttrycks som att man vill den andra väl. I vårdsyfte kan man koppla ansningen till den själva fysiska vårdhandlingen. Att man sköter om den kroppsliga renligheten och hjälper till med att ge mat åt den andra. Att hjälpa till med de som den andra inte längre klarar av själv. (Eriksson, 1995)

Eriksson tog upp beröringen i kapitlet som ett viktigt element. Enligt den vårdteoretiska litteraturen har beröringen en positiv effekt hos människan då hon har smärta, oro eller ångest. Beröringen kan vara att hålla den andra i handen eller att borsta den andras hår. (Eriksson, 1995)

Leken

Eriksson förklarar att människan når hälsan då hon leker. Leken är naturlig för barn men hos vuxna och äldre brukar den försvinna. I vårdssammanhang kan man tänka sig djupare in på de centrala begreppen i leken. Övning, prövning, lust, skapande och önskan är begrepp som jag kommer förklara vidare i detta kapitel. (Eriksson 1995)

- 1) Leken som assimilation förklarar Eriksson som att människan anpassar sig till den kommande informationen så den motsvarar de egna nuvarande kraven. Detta kan hjälpa människan att ta emot den möjliga konflikfulla informationen och anpassa sig till det nya. För att hantera detta behöver människan tid och utrymme så en målinriktad informationsbearbetning kan ske. (Eriksson 1995)
- 2) Den lustbetonade leken uttrycker hon som överloppsenergin hos människan av glädjen och som ger livslust. I denna form ger det rum för vila och avkoppling, då

man kan drömma sig bort till sina önskningar och för stunden glömma bort nuet. (Eriksson 1995)

- 3) Den skapande leken uppnår en del av hälsan i vården. På abstrakt plan eller konkret plan kan människan själv forma sin hälsa genom drömmar och önskningar. Som vårdare är det viktigt att höra människans önskningar och gå med i leken och möjliggöra det som går. På detta vis får människan en positiv syn och vågar forma vidare sin hälsa. (Eriksson 1995)
- 4) Leken som uttryck för hälsa. För att kunna nå hälsa genom lek måste man utesluta verkligheten för stunden och låta fantasin ta över, kunna tänka att allting är möjligt. Denna önskelek ger en stunds vila och samtidigt ny energi för verkligheten. Detta kan hjälpa människan att se nya vägar och möjligen uppfylla dem. Som redan tidigare sagts är det viktigt att vårdaren är delaktig i leken istället för att försöka göra människans önskningar realistiska. (Eriksson 1995)
- 5) Leken som övning och prövning. Eriksson förklarar övningen som trygg eftersom konsekvenserna av den inte är verkliga, vilket däremot prövningen är. Detta lär människan att pröva sig fram, oberoende hur resultatet blir lär man sig något av det ändå. I vårdsituationer kan denna lek vara värdefull eftersom människan då kan hitta nya hälsoinriktade handlingar och nya aktiviteter hos sig själv. Med hjälp av det kan vårdaren stöda lekens aktivitet och ställa krav och vård mål för människan. (Eriksson 1995)

6)

Leken är alltså att kunna bolla mellan yttre- och inre verkligheter med hjälp av yttre- och inre upplevelser. För vårdare och patienten krävs spontanitet för att nå lekens mening. (Eriksson 1995)

Lärande

Lärande innebär ständig förändring hos människan då hon utvecklas. Det Eriksson menar är att de egna behoven utvecklar det egna lärandet. Som vårdare stöder man patientens lärande och för att nå bra resultat är det viktigt att vårdaren har en positiv relation till patienten (Eriksson 1995). Detta kan förklaras med att den äldre måste lära att godkänna möjliga förluster i funktionsförmågan och kunna hitta en ny utvecklingsväg. Göra saker

man ännu klarar av för att upprätthålla den funktionsförmågan man har kvar och att lära sig nya till väga gångs sätt.

5 PROBLEMFORMULERING & FRÅGESTÄLLNINGAR

Syftet med examensarbete är att få fram det som äldre ser som meningsfullt i deras vardag. Det är meningen att resultatet skall kunna användas som grund för att i praktiken skapa en mer meningsfull vardag för äldre som bor på ett äldreboende. Studien utgår från äldres perspektiv.

Frågeställningen är:

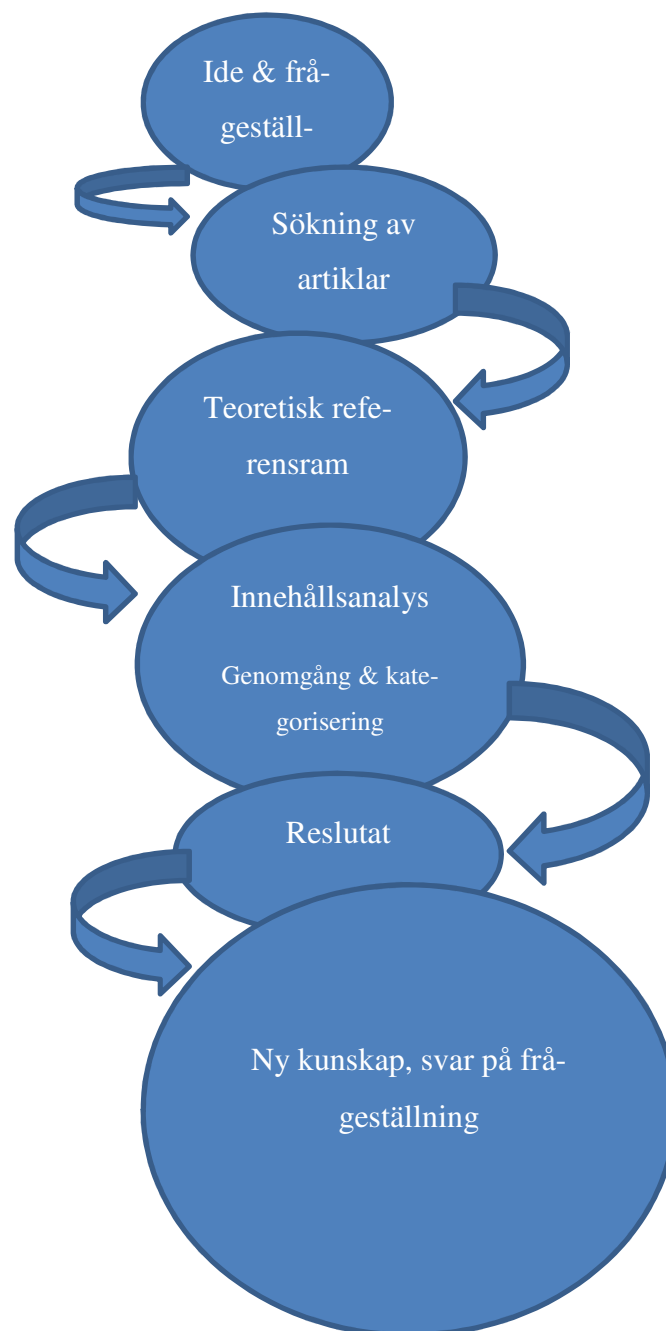
Vad är meningsfull vardag för äldre som bor på äldreboende?

6 DESIGN

Studien är kvalitativ där skribenten utgått från meningshelheter i artiklarna vilka sedan blir de övergripande begreppen och kopplar ihop dem med den teoretiska referensramen.

Studien är induktiv. Innehållsanalysen baserar sig på vetenskapliga vårdartiklar från ungefär tio år tillbaka. Innehållsanalysen är gjord ur äldres perspektiv, utgående från skribentens tolkning av materialet. Nedan redogörs för designen figur 1:

Figur 1



7 METOD

Jag har valt att skriva arbetet som en litteraturstudie med en induktiv innehållsanalys.

Innehållsanalys är en metod där man öppet analyserar det man forskat i. Skribenten förklarar det hon forskat i tillika som hon måste beakta innehållet så de blir rätt framfört med forskningarna. (Kygäs m.fl. 2011)

Innehållsanalysen kan skrivas induktivt eller deduktivt. Induktiv innehållsanalys används då man har begränsad insamlad data. Den kan även användas för att hitta nya synvinklar inom ämnet (Eriksson m.fl. 2013). Då jobbar man enligt forskningarna, hittar begrepp i dem som sedan sätts upp till huvudkategorier. I den deduktiva innehållsanalysen använder man det tidigare insamlade materialet som bygger grunden och därefter plockar upp begrepp som hör ihop med de tidigare insamlade materialet. (Kygäs m.fl. 2011)

7.1 Datainsamling

Vid insamling av data har skribenten använt sig av databaserna Academic Search Elite, Science Direct, Pubmed och Cinahl med sökorden: elderly, meaningful, nursing home, quality of life, quality of life in nursing home, care homes, older people och meaningful activity. Därefter har orden kombinerats i databaserna för att hitta mera resultat. Bästa kombinationen av sökord var: elderly AND meaningful AND nursing home som hittades på databasen Academic Search Elite där resultatet av sökning var 86 artiklar varav tre artiklar valdes. Vissa sökord gav många träffar men innehållet gav inte resultat som söktes.

Figur 2 beskriver sökningen av artiklarna:

Figur 2

Databas	Sökord	Avgränsning	Träffar	Valda artiklar
Ebsco host Academic Search Elite, Januari 2017	Elderly AND meaningful AND nursing home	År 2005- 2017	86	3 OK
	Daily activities AND elderly AND nursing home	2005-2017	126	1 OK
Pubmed	Meaningful daily life in nursing homes	Senaste 5 år	17	1 OK
ScienceDirect	Meaningful AND nursing home	2016	21324	2 OK
Cinahl Ebsco	Quality of life in nursing home	2005- 2017	328	2 OK
	Care homes AND meaningful activity AND nursing home	2005-2016	13	1 OK

Avgränsningen för artiklarna är forskningarna från år 2005-2017 för att få de nyaste resultaten. Min plan var att avgränsa artiklarna inom Europa, men några artiklar utanför Europa har tagits med eftersom artiklarna svarade bättre på frågeställningen. Forskningarna handlar om hur äldre ser vardagen som meningsfull där sökningen är koncentrerad på äldres perspektiv. Artiklar hittades där anhöriga och personalen också blev intervjuade, men endast artiklar där man klart kunde åtskilja vem som sagt vad valdes.

Artiklar som lämnades bort ur arbetet var från länder där inte finns samma möjlighet för vård som i Finland. Äldre artiklar lämnades bort eftersom åldringsvården utvecklas konstant. Slutligen hittades tio vetenskapliga artiklar som besvarade frågeställningen.

8 ETISKA REFLEKTIONER

God vetenskaplig praxis har använts som grund i arbetet. Skribenten skall vara hederlig och omsorgsfull under hela processens gång. Andra forskares verk skall hänvisas riktigt så deras arbete respekteras. Skribenten skall vara noggrann med bedömningen av undersökningar och undersökningsval. Redovisningen skall utföras korrekt dvs. respekteras av skribenten och presenteras så att betydelsen i forskningen hålls riktig. Skribenten skall hänvisa korrekt och ärligt forskning och annat material som använts i egna arbetet. (TENK 2012)

Alla artiklar som använts i arbetet är vetenskapliga och tagna från pålitliga databaser. Artiklarna är refererade eller omskrivna men inte direkt citerade, men innehållet har inte förändrats. Det är tydligt och systematiskt hänvisat till källorna i texten och källförteckningen. Analysen av artiklarna har skett systematiskt vilket betyder att artiklarna genomgått på liknande sätt enligt samma mönster. Genomgången har skett på följande sätt: Artiklarna har lästs flera gånger därefter har meningshelheter framkommit ur dem. Tolkningen av meningshelheterna är skribentens egna och den egna förförståelsen kan möjligen ha inverkat på tolkningen. Detta har skribenten reflekterat över i den kritiska granskningen.

9 RESULTAT

I detta kapitel besvaras frågeställningen utifrån artiklarna. I resultatet har jag plockat upp tre övervägande huvudbegrepp vilka kopplats till den teoretiska referensramen. De valda artiklarna har lästs och bildar en helhetsbild av innehållet. Liknande tankar och åsikter som framkommer i artiklarna bildade meningshelheter vilka kategoriserats. Kategorierna sammanfattades i tre huvudbegrepp. Huvudbegreppen var interaktion, bekräftelse och aktivitet. Underkategorierna för huvudbegreppet interaktion är kommunikation och relation. Underkategorierna för huvudbegreppet aktivitet är fysisk, psykisk och social aktivitet.

Nedan presenteras artiklarna kort i nummerordning och i en tabell för att göra resultatredovisningen mera lättläst. Därefter presenteras resultatet, de övergripande kategorierna med underkategorier.

Artikel 1:

Blomberg Karin, James Inger & Kihlgren Annica. **A meaningful daily life in nursing homes- a place of shelter and a space of freedom: a participatory appreciative action reflection study**

En svensk studie där de intervjuat 25 klienter från 5 äldreboenden. Syftet i studien var att få fram klienternas erfarenheter, problem, möjligheter och lösningar till att utveckla de meningsfulla i klienternas liv på äldreboende.

Artikel 2:

Cahill Suzanne & Diaz-Ponce Ana M. **I hate having nobody here. I'd like to know where they all are. Can qualitative research detect differences in quality of life among nursing home residents with different levels of cognitive impairment?**

Irländsk studie där syftet är att få fram skillnaden på trivselen på äldreboenden beroende på vilken grad av demens klienterna har. Studien är genomförd på 3 äldreboenden där 61 klienter intervjuats.

Artikel 3:

Choi G. Namkee, Ranson Sandy & Wyllie J. Richard. **Depression in older nursing home residents: The influence of nursing home environmental stressors, coping, and acceptance of group and individual therapy.**

En studie i USA där 65 klienter från 5 äldreboenden deltagit. Syftet i studien var att få en uppfattning och förståelse för orsaker till depression hos klienterna, man ville också förstå orsakerna till depression, symptomen, hantering och klienternas önskningar. Studien är djup intervju.

Studien valde jag att ta med eftersom klienterna tar upp sina önskningar vilka ger en bild av deras syn på vad som är meningsfullt för dem.

Artikel 4:

Domingo Palacios-Cena, Christina Gomez-Calero, José Miguel Cachon-Perez, Juan Francisco Velarde-Garcia, Rosa Martinez-Piedrola, Marta Perez-De-Heredia. Is the experience of meaningful activities understood in nursing homes? A qualitative study.

En spansk studie där syftet var att få fram klienternas erfarenheter av meningsfulla aktiviteter på äldreboenden. Studien är gjord med intervjuer av 38 klienter på 7 äldreboenden i Spanien.

Artikel 5:

Dybvik Katrin Tove, Gjengedal Eva & Lykkeslet Else. At the mercy of others – for better or worse.

En norsk studie med djupintervjuer av 6 klienter från 3 olika äldreboenden. Syftet i studien var att få fram mer kunskap och förståelse över ett gott liv på äldreboende.

Artikel 6:

Gustavsson Martha, Liedeborg M Gunilla & Ranada Larsson Åsa. Everyday doings in a nursing home- described by residents and staff.

Svensk studie där de vill få reda på hur klienternas vardag ser ut på ett äldreboende, från personalens och klienternas perspektiv. Studien gjordes med hjälp av intervjuer med 15 klienter och 6 personer i personalen.

Artikel 7:

Gústafsdóttir M. & Hjaltadóttir I. Quality of life in nursing homes: perception of physically frail elderly residents

En isländsk studie där 8 klienter från 2 äldreboenden blivit intervjuade och har observerats. Syftet i denna studie var att få reda på hur klienterna på ett äldreboende med funktionsnedsättning ser på sin livskvalitet.

Artikel 8:

Harmer Barbara & Orrell Martin. What is meaningful activity for people with dementia living in care homes? A comparison of the views of older people with dementia, staff and family carers

Detta är en studie från England, London där de samlat information från 3 demenshem och intervjuat 17 klienter, 15 vårdare och 8 anhöriga. Information samlades ihop genom att ha 3 gruppintervjuer med blandad personal, klienter och anhöriga. Syfte i studien var att få fram hur klienterna definierar meningsfull aktivitet på äldreboenden.

Artikel 9:

Mariska G. Oosterveld-Vlug, Henrica C.W. de Vet, H. Roeline W. Pasman, Isis E. Van Gennip, Dick L. Willems, Bregje D. Onwuteaka-Philipsen. Which characteristics of nursing home residents relate to factors influencing their dignity?

Holländsk studie där syftet var att få fram vad som påverkar klienternas värdighet på äldreboenden. Studien är gjord med hjälp av frågeformulären som skickats ut till 95 klienter på 6 äldreboenden vilka sedan sammansatts till diagram.

Artikel 10:

Simey Piers & Stathi Afroditi. Quality of life in the fourth age: Exercise experiences of nursing home residents

Syftet i denna artikel var att få fram ifall träning kan höja livskvaliteten hos klienterna. En Engelsk studie där 21 klienter blivit intervjuade på ett äldreboende.

I Figur 3 är artiklarna i tabell för att göra redovisningen mer tydlig och lättläst:

Figur 3

Artikel	Land	Artikels utgivningsår	Antal intervjuade
Artikel nr. 1	Sverige	2014	25 klienter, 5 äldreboenden
Artikel nr.2	Irland	2010	61 klienter, 3 äldreboenden
Artikel nr. 3	USA	2008	65 klienter, 5 äldreboenden
Artikel nr. 4	Spanien	2015	38 klienter, 7 äldreboenden
Artikel nr. 5	Norge	2014	6 klienter, 3 äldreboenden
Artikel nr. 6	Sverige	2015	15 klienter, 1 äldreboende
Artikel nr. 7	Island	2007	8 klienter, 2 äldreboenden
Artikel nr. 8	England	2008	17 klienter, 3 demensboenden
Artikel nr. 9	Holland	2016	95 klienter, 6 äldreboenden
Artikel nr. 10	England	2007	21 klienter, 1 äldreboende

I artiklarna var antalet av intervjuade klienter varierande. I den norska artikeln intervjuades endast 6 klienter på 3 äldreboenden medan man i USA intervjuat 65 klienter på 5 äldreboenden. Fastän de intervjuade klienternas antal i den norska artikeln var få visade den ändå ge än bättre förståelse om de meningsfulla sakerna än den i USA där det intervjuats fler klienter.

Artikel nr. 9 använde de sig av frågeformulär för att få reda på klienternas känsla av värdighet i vården på äldreboenden, artikeln var svårläst och kopplingen till enskilda meningsfulla saker svåra att urskilja eftersom resultatet var gjort i diagram.

Syftet i artiklarna var varierande men hade en sammankoppling till frågeställningen i mitt arbete. I artikel nr. 3 var syfte att få en förståelse om de bakomliggande orsakerna till klientens depression och hanteringen av det. Klienternas bakomliggande orsaker som förklarades i artiklarna tolkade jag som behov och önskningar vilka kunde förbättra klienternas vardag på äldreboende. I Artikel nr. 10 var syfte att få fram ifall träning höjer livskvaliteteten hos äldre. Utifrån den artikeln hittades flera resultat till huvudkategorin aktivitet.

Nedan presenteras resultatet utifrån artiklarna, de övergripande kategorierna med underkategorier:

9.1 Interaktion

Första huvudkategorin i innehållsanalysen är interaktion. Interaktion är en social växelverkan med andra människor (Nationalencyklopedin). Kommunikationen och relationen till framförallt vänner, familj och vårdare ansågs vara det betydelsefulla för äldre i artiklarna. Även läkaren som kunde ge dem trygghetskänsla och andra inneboenden som gav socialt stöd.

Kommunikationen och relationen är uppdelad till skilda underrubriker eftersom det har en skild betydelse.

9.1.1 Kommunikation

Kontakten med anhöriga och vänner var så gott som i alla artiklar det som klienterna ansåg vara det mest betydelsefulla för dem. Kommunikationen i sig hade inte så stor betydelse, utan känslan av att en anhörig/vän var närvarande var betydelsefullt. (Harmer & Orrell, 2008)

Även kommunikationen med vårdpersonalen ansågs vara viktigt för klienterna. En god relation mellan vårdare och klient gav klienterna förtroende, goda och skämtsamma diskussioner. Spontana diskussionsstunder då vårdaren kunde komma in på rummet för att diskutera med klienter var uppskattat, berättade en av de intervjuade klienten. En annan informant förklarade även att hon gillade då personalen satt med dem under måltiderna eller umgicks med dem under aktiviteter som ordnades ibland. Personalen på äldreboendet var omtyckt eftersom de brydde sig om och gav kärlek till dem. (Blomberg m.fl. 2014)

Det är viktigt även i dessa fall, så som en av äldre i en artikel har förklarat, att personalen kan se klienterna som individuella personer, med egna bakgrunder och tidigare liv (Gústafsdóttir & Hjartadóttir, 2007). En klient förklarade att respekten, vänligheten och att göra den andra glad vara interaktionens grund (Harmer & Orrell, 2008). Fastän största delen av klienterna såg sociala diskussionerna som en viktig del, fanns det även klienter som förklarade tystnaden och lugnet som en stor njutning för dem då de flyttat till ett äldreboende. (Cahill m.fl. 2010)

Positivitet, kunnighet, snällhet, omtänksamhet och visad respekt var egenskaper som klienterna i stort sätt önskade av vårdpersonal, och det kom upp i de flesta artiklarna.

9.1.2 Relation

Då man flyttar till ett äldreboende måste man lära sig att trivas och lära sig att tycka om varandra för att kunna känna sig hemma förklarade en klient i intervjun. (Blomberg m.fl. 2014)

Relationerna mellan klient, anhörig, vän, vårdare och andra inneboenden blir en viktig sak i klientens liv då de flyttar till ett äldreboende.

Relationer mellan klient, anhörig, vän, vårdare och andra inneboenden var synligt meningsfullt för äldre. Framförallt relationen till familj och nära vänner var viktiga. En av informanterna förklarade att dotterns besök var det mest meningsfulla för henne, det var något hon såg fram emot (Dybvik m.fl. 2013). I en annan artikel förklarade den intervjuade att kontakten med familjen var viktig. De kunde dricka kaffe inne på hennes rum och

hon fick höra hur de andra i familjen mår. Om det inte hade möjlighet att träffas kunde de prata via telefon för att hålla kontakten (Blomberg m.fl. 2014). Det att kontakten upprätthölls fast man var på ett äldreboende, gav dem känslan av kärlek och att någon brydde sig om dem (Gústafsdottir & Hjartadottir, 2007). Att träffa sina barn och barnbarn gav stor glädje för vissa, medan det fanns klienter som saknade sina anhöriga, vänner och djur och hade känslan av att ingen var där med dem (Cahill m.fl. 2010).

Trivseln på ett åldringshem hänger på inställningen, man måste lära sig att trivas där och lära känna nya människor. Social samvaro med andra klienter var en positiv upplevelse för dem. Mattiderna var tillfällen där alla samlades i dagsalen för att äta och kunde diskutera med varandra (Gustavsson m.fl. 2015). Då man dagligen träffar samma människor i dagsalen vid mattiderna, oberoende om man pratar med varandra eller inte, växer det en relation där man bryr sig om de andra. En klient som blev intervjuad berättade om en vänskapsrelation som uppkom på äldreboendet. Dagligen väntade de på varandra för att sitta bredvid varandra i dagsalen. Då hennes vän dog hade hon inte längre ork att gå till dagsalen för att äta men gjorde det ändå för sitt eget bästa, så hon kunde träffa människor och inte sitta ensam på rummet (Dybvik m.fl. 2013). Trots att sociala stunder var meningsfulla var det också viktigt för klienterna att få ha egen lugn och ro (Gústafsdottir & Hjartadottir, 2007).

Relationen till vårdaren var en annan aspekt som tydligt kom fram i artiklarna. Klienterna litade stort på vårdaren och de ansåg det vara viktigt att han en bra relation med dem, på gott och ont. Då klienterna blev sämre eller döende önskade de att vårdaren var vid deras sida, de ville känna sig trygga (Gústafsdottir & Hjartadottir, 2007). Personalen hade respekt för klienterna, var snälla och gjorde allt klienterna begärde. (Cahill m.fl. 2010) Klienterna tyckte även om att få komplimanger av personalen, det gav känslan av att de fortfarande kunde göra någonting bra. (Bomberg m.fl. 2014) Livskvalitet var att tillbringa tid tillsammans med nära och kära och att få vara frisk ända till slutet, hellre än att leva ett långt liv förklarade en klient (Simey m.fl., 2007).

9.2 Bekräftelse

Den andra huvudkategorin är bekräftelse. Bekräftelse är att bli uppskattad, uppskatta den andra och ge den andra uppmärksamhet (Nationalencyklopedin). Bekräftelse i detta kapitel är att se klientens behov utifrån nuläget och tidigare liv. Detta kan förklaras med att de äldre vill bli bemötta som personer och att andra kommer ihåg att de haft ett liv med familj, jobb och ansvar.

I den isländska artikeln kom det fram hur klienterna önskade bli sedda då de flyttat till äldreboende. Att hålla kontakten med familjen efter att de flyttat till äldreboende gav dem en helt ny mening, eftersom det gav kraft till klienten att klara av situationen att bo på ett boende. Kontakten med familjen gav dem kärlek och känslan av att de bryr sig om en fastän man är sjuk och inte längre klarar sig själv (Gústafsdóttir & Hjartadóttir, 2007). Veckans höjdpunkt kunde vara att gå ut och äta med barnet (Cahill m.fl. 2010).

Att bli mottagen som person och inte som en av alla andra klienter och att personalen känner till deras förflutna liv och att de blir hörda då de vill minnas gamla minnen, hörde också till de saker som klienterna lyfte fram som betydelsefulla. Flera av klienterna förklarade känslan av att få känna sig behövd och att kunna hjälpa till var meningsfullt för dem. En av de äldre förklarade att hela deras liv hade de burit ansvar över någon eller något och då de flyttat in till ett äldreboende försvinner ansvaren. De skulle vilja hjälpa till med t.ex. hushållsarbete (Domingo m.fl., 2015). För vissa klienter var det viktigt att ha ordning där de bor och att trädgården var fin, då kunde de känna sig som hemma där de var (Cahill m.fl. 2010). Saker man tidigare gjort hemma var önskvärt att fortsätta med då man flyttar till ett äldreboende. Flera av klienterna ville följa sina rutiner som de var vana med hemifrån. Viktigt var att själv kunna få välja när de går och lägger sig eller vaknar om morgonen. (Gustavsson m.fl. 2015)

Klienterna upplevde meningsfullhet då de fick diskutera om det förflutna, både dåliga och bra minnen. Viktigt för den äldre var att den andra hade tid att lyssna, en av de intervjuade upplevde att känslan av att någon lyssnar på vad man berättar och är intresserad av det ger känslan av samhörighet med livet (Harmer & Orrell, 2008).

Meningsfulla saker i vardagen gjorde att dagarna går snabbare. Dotterns besök hos en av de intervjuade var något hon såg framemot. (Dybvik m.fl. 2013)

Äldres önskan var att få åka på fler utfärder så de inte behöver känna sig instängda på ett boende. Deras önskan var att en gång i månaden ha möjlighet till utfärder som t.ex. museum, picnic, lunch eller bio. Program som ordnades hölls på stället och var ofta de samma programmen, så som bingo, tecknande eller handarbete (Choi m.fl. 2008). Möjlighet att gå ut då det var fint väder, sitta och njuta av kaffe i solen tyckte de äldre om (Blomberg m.fl. 2014).

De ville hjälpa till på hemmet och känna att de gjorde något bra. De äldre önskade bättre resurser för att ha möjlighet att göra utfärder till t.ex. museer eller andra platser utanför boendet. Andra önskningar de hade var att sköta trädgården, så som de tidigare gjort, men det var inte möjligt på äldreboenden. (Domingo m.fl., 2015)

De sociala kontakterna med andra invånare ansåg äldre vara viktigt. Mattiderna på äldreboende var sådana tillfällen då alla samlades runt bordet. Men svårigheter med kommunikationen fanns, eftersom de flesta hörde dåligt och hade svårt att prata med varandra. Aktiviteter som gjordes på äldreboenden förklarade en av de äldre vara individuella aktiviteter, så som att se på TV, eller lyssna på radio, promenera eller läsa. Bingo var omtyckt eftersom det var en gemensam aktivitet med de andra boende. (Gustavsson m.fl. 2015)

Viktigt med morgon- och kvällsrutinerna var att själv få kunna bestämma när man vill gå och sova (Gustavsson m.fl. 2015). Att lära känna personalen och ha möjlighet att diskutera med dem individuellt utan att ha brådska var viktigt för äldre. De förklarade också att de har tyckte om då personalen satt med dem vid måltiderna och under aktiviteterna (Blomberg Karin m.fl. 2014).

9.3 Aktivitet

Aktivitet förklaras som en händelse där det krävs ett aktivt deltagande av människor (Nationalencyklopedin). I alla lästa artiklar visades aktiviteterna vara omtyckta hos klienterna

och önsknings om mera aktiviteter på äldreboenden. Jag har valt att dela upp aktiviteterna i fysisk, psykisk- och social aktivitet eftersom redovisningen av dem skilt blir mera lättläst.

9.3.1 Fysisk aktivitet

Till fysiska aktiviteter räknades allt från dagliga morgonsysslor till gymnastik stunder och aktiviteter där emellan.

Klienterna kunde vara tacksamma över aktiviteter de ännu klarade av att göra själv bland annat hygienvätt, att stå, gå eller äta självständigt. Då vårdaren hamnar att hjälpa till gav de känslan av att självbestämmanderätten blev mindre då man blev beroende av en annans hjälp. (Simey m.fl., 2007)

Rullstolsbundna klienter var besvikna över att de inte kunde gå ut då de själv ville eller att de inte kunde gå till sina barns hus pga. trappor som hindrade dem (Simey m.fl., 2007). Denna förlust och önskning över att kunna gå kom upp i flera av artiklarna. Fastän klienterna hade fysiska begränsningar var de tacksamma över aktiviteter de ännu klarade av och även att de kunde lära sig någonting nytt (Gústafsdóttir & Hjartadóttir, 2007). Till de andra fysiska aktiviteterna som klienterna önskade göra på äldreboendet var saker de gjort tidigare i livet såsom att städa, att diska, att duka bordet eller hålla trädgården i ordning. Klienternas tidigare hobby var också en av de meningsfulla aktiviteter klienterna tog upp i de flesta artiklar som t.ex. sång, handarbete och teckning (Choi m.fl. 2008).

9.3.2 Psykisk aktivitet

Till den psykiska aktiviteten kategoriserar jag de meningsfulla saker klienterna ansåg vara känslomässiga och som de mådde bra av.

Meningsfulla aktiviteter förekom inte alltid som något man gör fysiskt, utan de kunde också handla om att ha egen tid, att få vara för sig själv på rummet, läsa, vila och ta det lugnt. (Gústafsdóttir & Hjartadóttir, 2007)

Till den psykiska aktiviteten passar också aktiviteter som klienterna kände sig behövda i. Önskning att göra något för samhället. Flera av de intervjuade ville känna sig behövda och vara en del av samhället. Ibland kunde de hjälpa till med små sysslor som t.ex. duka av bordet och vattna blommor. (Dybvik m.fl. 2013)

9.3.3 Sociala aktiviteter

Till sociala aktiviteter kategoriserar jag de meningsfulla saker som har med andra människor och omgivningen att göra.

I flera artiklar beskrev de äldre känslan av att vara instängd då man bor på ett äldreboende då man inte vet så mycket vad som händer kring en, och man träffar mer sällan nya människor. I en av artiklarna var klienternas önskan att en gång i månaden göra en utfärd så de har möjlighet att se andra människor och komma bort från boendet för en stund. Utfärder som klienterna önskade var besök till muséer, bio eller gå på picknick i någon park. (Choi m.fl. 2008)

Program som utomstående kom och höll var omtyckta hos klienterna, inte bara för programmets skull utan för att klienterna fick träffa nya människor. Program som ordnades kunde vara sång, läsning eller föredrag. En av klienterna i artikeln förklarade att hon tyckte om att se unga människor som kom för att hålla program för dem och att det gav henne någonting att se framemot (Dybvik m.fl. 2013). Dagliga sociala stunder i dagsalen kunde vara att äta tillsammans, spela kort tillsammans, frågesporter, se på tv, lyssna på musik, sång, dans, spela bingo eller andra spel. Allt detta var program som var omtyckta och förekom i alla artiklar som meningsfulla aktiviteter. Musik, sång och dans var aktiviteter där känslorna och gamla minnen kunde dyka upp hos klienterna. Tårar, skratt, saknad och massor av andra känslor kom fram (Harmer & Orrell, 2008). Kyrkbesök på veckosluten var program som även kom fram i några artiklar. Ibland kunde de samlas alla i dagsalen för att se på kungafamiljen i TV och diskutera kring deras klädsel (Blomberg m.fl. 2014).

10 KRITISK GRANSKNING

Metoden för arbetet var litteraturstudie med en induktiv innehållsanalys. Forskningslitteratur som jag använt är Eriksson m.fl. och TENK, god vetenskaplig praxis. Datan begränsades av 10 artiklar ur vilka framkom återkommande helheter. Antalet artiklar är minimiantalet för ett examensarbete på yrkeshögskolenivå.

Helheterna bildade huvudbegreppen i detta arbete. Huvudbegreppen speglades till teoretiska referensramen och resultatet av arbetet besvarade frågeställningen. Litteraturen för den teoretiska referensramen är Katie Erikssons böcker om vårdandets ide´ och vårdprocessen. Arbetet blev en skrapning på ytan av vad klienterna i allmänhet ser som meningsfullt i deras vardag. Ett annat alternativ till metod kunde vara ett arbete med en intervjudel där man skulle ha fått mer ut av frågeställningen och hur klienterna inom Lovisa stad ser vardagen som meningsfull. Samtidigt är det omöjligt att få en riktig bild om vad klienten ser som meningsfullt, eftersom alla människor har egna tankar och tycke om vad som just den enskilda människan ser som meningsfullt i deras liv. Därför kan detta arbete endast bli en tolkning.

Tidigare forskning om ämnet fanns och intresset för ämnet har ökat stort de senaste åren. För 20 år sedan jobbade man med att de äldre skulle erfara en känsla av meningsfullhet och man ville betona ett naturligt och vanligt liv. Därefter kom en period med ett mer medicinskt perspektiv och presterande i vården. Nu de senaste 5 åren har det skett en utveckling tillbaka till det jordnära och synen på de meningsfulla i livet.

I bakgrunden förklarar jag begreppen, människan och åldrandet eftersom dessa begrepp är grunden till arbetet. Forskning angående livskvalitet har ökat under de senaste 30 åren enligt Lawton (Lawton, 1991).

Till den teoretiska referensramen valde jag Katie Erikssons teori om ansa, leka och lära som passade bra med målet i arbetet och var naturligt att koppla ihop med resultatet. Begreppen i Erikssons teori bildar ett bra sammanhang med begreppen som framkom i innehållsanalysen. Erikssons teori om vård har blivit välbekanta under min utbildning och därför upplever jag har stor kunskap om den.

I val av artiklar hade jag som tanke att hitta artiklar vilka hade fokuset på åldringens perspektiv. Svårigheter var att hitta bra artiklar där man kunde åtskilja vad åldringen såg som meningsfullt och vad anhöriga och personal ansåg, eftersom allt kunde vara bakat in i samma text. Tanken till begränsningen i valet av artiklar var att begränsa sökningen inom Europa men på grund av att jag inte fick tillräckligt material ur artiklarna måste jag utvidga begränsningen ytterom och plocka med några artiklar från Europa. Jag har inte hittat passande artiklar från Finland vilket jag tycker är synd.

Jag använde mig av fyra databaser med flera sökord. Sökträffarna var till antalet stort varierande och bra sökordskombinationer kändes svåra att hitta. Jag hittade till slut 10 artiklar som jag valde att ta med. Min erfarenhet av artikelsökning är inte stor och har därför varit arbetsdrygt.

Artiklarnas resultat påvisade ungefär samma saker. Familj, tidigare liv och minnen, saknad av ansvar, aktiviteter och att upprätthålla funktionsförmågan visade sig vara saker klienterna upplevde som meningsfullt och önskade. Av egna erfarenheter ser jag dessa saker som allmänna viktiga aspekter på ett meningsfullt liv.

Eftersom jag jobbat flera år på samma ställe har min egen erfarenhet av meningsfull verksamhet och livskvalitet säkert inverkat på hur jag analyserat artiklarna. Troligen har mina egna erfarenheter återspeglats i valet av begreppen och den teoretiska referensramen. Jag har redovisat korrekt de analyserade artiklarnas resultat samt hållit betydelsen i artiklarna riktig. De kändes svårt att analysera engelska texter eftersom de inte är mitt modersmål.

11 DISKUSSION

Syfte med arbetet var att få reda på hur äldre på åldringshem ser vardagen meningsfull. I arbetet använde jag mig av 10 artiklar som besvarade min frågeställning. Alla artiklar gav liknande svar. Familjen var viktig för äldre och kunde tolkas som de mest betydelsefulla i deras vardag. Andra meningsfulla saker var att känna sig behövd och möjligheten att

göra de saker som de gjort tidigare i deras liv. Tidigare minnen var också en av de saker som upprepades i artiklarna.

Till den teoretiska referensramen valde jag Katie Erikssons teori om ansa, leka och lära där det fanns flera aspekter som var sammankopplande till syftet meningsfull vardag för äldre. Ansa förklarade Eriksson som beröring, närhet, trygghet och att bry sig om den andra (Eriksson, 1995). Detta kan kopplas ihop med relationer till andra. Det som var en synlig aspekt och förekom som det viktigaste i alla artiklar var klientens relationer med släkt och vänner. Att bli ihågkommen fastän man bor på åldringshem. I en av artiklarna förklarades att fastän man inte pratade mycket med den andra var stunden meningsfull då den andra var närvarande (Harmer & Orrell, 2008). En annan synlig aspekt var trygghetskänslan klienterna tog fram i flera artiklar. Kunnig och artig personal som de kunde lita på (Gústafsdóttir M. & Hjartadóttir I, 2007).

Leken förklarade Eriksson som övning, prövning, lust, skapande och önskningar (Eriksson, 1995). I artiklarna kom det tydligt fram kopplingen till lek. All program som ordnades på åldringshem tolkade jag som lek. Från de vardagliga program som att titta på tv till olika program som t.ex. dans och sång. De olika formerna av lek kunde ge starka känslor hos klienterna, både positiva och negativa. Känslor som saknad av någon eller något till skratt av gamla goda minnen. Klienternas önskningar kom även fram i flera artiklar. Önskningar som att få känna sig behövd och att träffa familjen oftare var viktiga (Dybvik m.fl., 2013).

Erikssons teori om lärande förklarar hon som en ständig utveckling hos människan. Då äldre flyttar till åldringshem är det en stor förändring i deras liv, mycket nytt att lära sig och leva med. Att lära sig att godkänna sin situation och att leva med nya människor (Simey Piers m.fl., 2007). Att kunna vara tacksam över det man har kvar och kunna se positivt sin situation är det jag kopplade samman med lärande.

Tidigare forskning påvisade att det gjorts aktiviteter med äldre också tidigare. Forskning kring vad som är meningsfull verksamhet för äldre och hur de upplever ökad livskvalitet har ökat på senare år. Detta märktes också vid artikelsökningen. Intresset inom forskning

för vidare utveckling av aktiviteter på åldringshem har ökat och detta kan man se också i forskningsöversikten.

Under arbetsprocessen har många tankar och idéer för fortsatta utvecklingsmöjligheter av examensarbetet kommit i mina tankar. Av resultatet utifrån artiklarna kan man fundera över hur man kan påverka trivselen på åldringshemmen. Eftersom familjen var viktig hos de äldre kunde man i fortsättningen planera mera program tillsammans med anhöriga då stunden kunde bli ännu mer givande för både åldringen och anhöriga. Klienternas saknad av ansvar och känslan av att de inte längre känner sig behövda kunde man i fortsättningen förbättra. Om klienter klarar av att duka bordet eller sköta blommor skall man låta dem göra det. Möjligen kunde man utveckla personalens syn på vården, se klienternas möjligheter och utvidga det jordnära tänkandet. Ur artiklarna kan man tolka klienternas tidigare upplevelser och minnen som viktiga. Min egen tolkning med erfarenhet av hur klienterna upplever sina tidigare liv och minnen är att de hänger ihop med massor av känslor, både goda och dåliga. Med tanke på detta kunde man fundera på ifall program och utfärder med bekanta saker och minnen som är sammankopplat till tryggheten kunde ge mera mening i klienternas vardag?

Dagens äldre har levt sin barndom då mat och tak över huvudet inte var en självklarhet. Från egen erfarenhet märker man hur tacksamma klienterna är för små saker, de vill eller tacks inte kräva någonting mera. I fortsättningen kommer klienterna antagligen vara mer krävande då människor har det bättre ställt nu. I sambands med detta kan man fundera över hur åldringsvården kommer att se ut i fortsättningen på grund av att antalet äldre ökar och bristen på vårdaren blir allt större. Hur kommer detta att påverka de meningsfulla aktiviteterna på åldringshemmen i fortsättningen då de trots allt verkar vara en viktig sak för äldre?

För att nå ett gott liv för de äldre som bor på åldringshem måste personal utbildas. Åldringsvården utvecklas ständigt och för att kunna nå en känsla av lyckligt åldrande på åldringshem måste personalen kunna vidga sin syn och följa med utvecklingen. Åldringens intressen kommer att förändras med utvecklingen och då måste också personalen kunna utvecklas.

Jag anser att det är etiskt viktigt att man aldrig får glömma den enskilda människans önskan- ningar och vilja. Med detta menar jag att det som känns meningsfullt och värdefullt för en åldring inte nödvändigtvis känns lika viktigt för en annan.

KÄLLOR

Andersson Ingegerd, Pettersson Elisabet & Sidenvall Birgitta. 2007, Daily life after moving into a care home – experiences from older people, relatives and contact persons. *Journal of clinical nursing*, vol 16. s. 1712-1718. Tillgänglig: Academic Search Elite. Hämtad: 12.4.2016

Blomberg Karin, James Inger & Kihlgren Annica, 2014. A meaningful daily life in nursing homes- a place of shelter and a space of freedom: a participatory appreciative action reflection study. *BioMed Central*. Tillgänglig: Pubmed. Hämtad: 3.4.2016

Cahill Suzanne & Diaz-Ponce Ana M. 2010, I hate having nobody here. I'd like to know where they all are. Can qualitative research detect differences in quality of life among nursing home residents with different levels of cognitive impairment? *Aging & Mental Health*, Vol 15. Nr 5, s. 562-572. Tillgänglig: Cinahl Ebsco. Hämtad: 5.9.2017

Choi G. Namkee, Ranson Sandy & Wyllie J. Richard, 2008. Depression in older nursing home residents: The influence of nursing home environmental stressors, coping, and acceptance of group and individual therapy. *Aging & Mental Health*. Vol 12. s. 536-547

Dehlin Ove, Hagberg Bo, Rundgren Åke, Samuelsson Gillis & Sjöbeck Barbro. 2000, *Gerontologi. Åldrandet i ett biologiskt, psykologiskt och socialt perspektiv*, 1 uppl., Natur och kultur, 313 s.

Domingo Palacios-Cena, Christina Gomez-Calero, José Miguel Cachon-Perez, Juan Francisco Velarde-Garcia, Rosa Martinez-Piedrola, Marta Perez-De-Heredia, 2015. Is the experience of meaningful activities understood in nursing homes? A qualitative study. *Geriatric Nursing*. 37, p.110-115.

Duffin Christian, 2012. Creating activities in care homes. *Nursing older people*, vol. 24, s.30-31. Hämtad: 2.3.2017

Dybvik Katrin Tove, Gjengedal Eva & Lykkeslet Else, 2014. At the mercy of others – for better or worse. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*. . 28 Issue 3, p537-543.

Eriksson Katie. 1995, *Vårdandets idé*, 1 uppl., Liber Utbildning, 100 s.

Eriksson Katie, 1992, *Vårdprocessen*, 4 uppl, Almqvist & Wiksell Förlag AB, 133s.

Eriksson K, Isola A, Kyngäs H, Leino- Kilpi H, Lindström U, Paavilainen E, Pietilä A-M, Salanterä S, Vehviläinen- Julkunen K, Åstedt- Kurki P. 2013, *Hoitotiede*, 4-5 uppl., Sanoma Pro Oy, 132 s.

Finlands officiella statistik, befolkningsprognos. 2007. *Statistikcentralen*. Tillgänglig: http://www.stat.fi/til/vaenn/2007/vaenn_2007_2007-05-31_tie_001_sv.html . Hämtad: 18.10.2017

Folkhälsomyndigheten. Tillgänglig: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/far/inledning/vad-ar-fysisk-aktivitet/>. Hämtad 2.6.2017

Forskningsetiska delegetationen. 2012-2014, God vetenskaplig praxis. Tillgänglig: <http://www.tenk.fi/sv/god-vetenskaplig-praxis-anvisningar/god-vetenskaplig-praxis> Hämtad: 3.3.2017

Fristedt Sofi. 2013, Funktionellt åldrande. I: Bravell Marie Ernsth, red. *Äldre och åldrande. Grundbok i gerontologi*, Gleerups Utbildning AB, s.128-130

Gustafsdottir Margret & Hjaltadottir Ingibjörg. 2007, Quality of life in nursing homes: perception of physically frail elderly residents. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, vol 21 nr.1. p.48-55

Gustavsson Martha, Liedeborg M Gunilla & Ranada Larsson Åsa, 2015. Everyday doings in a nursing home- described by residents and staff. *Scandinavia Journal of Occupational Therapy*. 22, p. 435-441.

Harmer Barbara & Orrell Martin. 2008, What is meaningful activity for people with dementia living in care homes? A comparison of the views of older people with dementia, staff and family carers. *Aging & Mental Health*, vol. 12, s. 548-558

Harper Ice Gillian. 2002, Daily life in a nursing home. Has it changed in 25 years? *Journal of aging studies*, vol. 16, s. 345-359. Tillgänglig: google scholar. Hämtad 12.3.2017

Huttunen Jussi. 2015, *Elinikä ja elinajanodote*. Terveyskirjasto Duodecim lääkärinkirja. Tillgänglig: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk01025. Hämtad: 2.2.2017

Kyngäs Helvi, Elo Satu, Pölkki Tarja, Kääriäinen Maria, Kanste Outi. 2011, Sisällön analyysi suomalaisessa hoitotieteellisessä tutkimuksessa. *Hoitotiede*, 23 s. 138-148

Lawton M. Powell. 1991, A multidimensional view of quality of life in frail elders I: Birren E. James, Lubben E. James, Rowe Nicholas Janice & Deutchman E. Donna, red. *The concept and measurement of quality of life in the frail elderly*. Academic press, INC. Hämtad: 15.3.2017. Tillgänglig: Google scholar, sökord: lawton 1991 quality of life

Mariska G. Oosterveld-Vlug, Henrica C.W. de Vet, H. Roeline W. Pasman, Isis E. Van Gennip, Dick L. Willems, Bregje D. Onwuteaka-Philipsen. 2016, Which characteristics of nursing home residents relate to factors influencing their dignity? *Geriatric Nursing*, 37 p. 365-370

Nationalencyklopedin AB 2017. Hämtad: 2.8.2017

Nordenfelt Lennart. 2009, *Värdighet i vården av äldre personer*, 1:1 uppl., Studentlitteratur Ab, 348s.

Sharon B. Arnold. 1991, Measurement of quality of life in the frail elderly
I: Birren E. James, Lubben E. James, Rowe Cicholas Janice & Deutchman E. Donna, red.
The consept and measurement of quality of life in the frail elderly. Academic press, INC.
Hämtad: 15.3.2017. Tillgänglig: Google scholar, sökord: lawton 1991 quality of life

Simey Piers & Stathi Afroditi. 2007, Quality of life in the fourth age: Exercise experiences of nursing home residents. *Journal of aging on physical activity*, vol 15. Nr 3, s. 272-286. Tillgänglig: Cinahl Ebsco. Hämtad 5.9.2017

Sixsmith Andrew, Hammand Margaret & Gibson Grant. 2008, Quality of life and Dementia. *Concepts, Models and Empirical Findings*. s. 217-233. Tillgänglig: google scholar. Hämtad: 2.3.2017

Sundström Gerdt. 2013, Med äldreomsorg i tiden. I: Bravell Marie Ernsth, red. *Äldre och åldrande. Grundbok i gerontologi*, Gleerups Utbildning AB, s. 43-4

